

Sterk en Lenig DRONGEN



**ACTIEVE
START**

**BASIS
VORMING**

**GERICHTE
TRAINING**

**DOORGEDREVEN
TRAINING**

**WEDSTRIJD
TRAINING**

**TOP
TRAINING**

**VOOR ALTIJD
SPORTIEF**

♀

0 – 6 jaar

7 – 12 (9) jaar

10 – 12 jaar

13 – 15 jaar

16+ jaar

17+ jaar

13+ jaar

♂

0 – 6 jaar

7 – 12 (10) jaar

11 – 14 jaar

15 – 17 jaar

18+ jaar

21+ jaar

13+ jaar



**ACTIEVE
START**

Spelend bewegen
en ontdekken

**BASIS
VORMING**

Bewegen om
te leren

**GERICHTE
TRAINING**

Leren trainen

**DOORGEDREVEN
TRAINING**

Trainen om
te trainen

**WEDSTRIJD
TRAINING**

Trainen voor
prestaties

**TOP
TRAINING**

Presteren op
topniveau

**VOOR ALTIJD
SPORTIEF**

Een leven lang in
de gymnastiek